

RAMOUN APTA

Sagu Rumbio 1

Aku tebang batang rumbio di belakang rumah
Aku belah hingga rekah.

Cangkang batang aku buang,
Inti dalam aku cincang.

Lengkung kayu itu
Berbunyi retak di udara.

Aku peras cincangan itu dengan air kolam
Sampai lepas luluk putih dari seratinya.

Aku diampuk sampai luluk itu berpisah dengan air
Menumpuk di kedalaman.

Perlahan pasta putih bertumpuk bagai
Sempah masyarakat di sudut pasar tradisional.

Aku keruk ia dengan bibir tempurung
Lalu aku jemur di bawah panas berdenggang.

Sampai keriting ia bagai
Gelombang galau laut.

Aku tumbuk ia dalam lesung kayu
Lalu aku tiriskan ke dalam nampan.

Debu-debu halus itu
Lantas aku berikan padamu.

Kau menerimanya bagai batang pisang
Menerima ulat menggerogoti daun.

Kau butuh itu, katamu, untuk memasak
Ongol-ongol itu kau persembahkan.

Ongol-ongol itu kau persembahkan
Untuk pesta ulang tahunku yang ke-72.

Sagu Rumbio 2

Aku cincangan daging batang
Yang kau rendam dengan air dari banjiir bandang.

Aku kau aduk bagai batu menumbuk daging bawang
Hingga seratkan pecah.

Aku kau saring dengan kain hitam
Aku jemur di bawah panas berdenggang.
Jamur kuning di tubuhku
Tumbuh bagai bintik cacar.

Aku juga kau pukul-pukul dengan lesung kayu
Sampai hancur aku
Bagai remuk debu
Di udara.

Namun ketika aku kau masak dengan gula enau
Lalu kau taburi dengan parutan daging kelapa
Kenapa hanya ongol-ongol yang kau sebutkan.

Kepada induk-induk berkain batik
Bermotif durian pecah
Yang datang ke pesta ulang tahun pernikahan
Kau sampaikan nikmatnya gula merah
Yang kau sadap dari batang enau belakang rumah.

Sementara aku yang menjadi bahan baku hidangan
Yang mereka santap sampai
Kenyang telentang,

Tapi tak sekalipun
Kau sebutkan.

Aku kau lupakan
Bagai adonan sisa
Yang tertinggal
Di mangkuk pecah.



ARSIP IWS INDONESIA

Harmony –
KARYA: JAE FAHRU

AGIT YOGI SUBANDI

Dari Gang yang Masih Becek Itu

Dugaan apa lagi yang hendak kita sebarakan?
Di remang gang yang berangin dan becek
Ranting dan daun tangkil sedang melanjutkan
Percakapan laras senapan angin di tubuhnya,
Ingin disimpannya proyektil senapan itu
Di dalam jantungnya. Menghapus prasangka
Yang terus menjalar di relung otaknya:
"Usia tua yang menakutkan!" ujarnya,
Sambil mengibaskan bulunya yang ditetesi
Sisa hujan yang tergelincir dari daun-daun
Tangkil itu. Wajahnya yang lebam, bulu-bulunya
Yang basah meruncing ke arah matahari, terus
Tenggelam dan menyisakan hari ini di matanya.
Malam akan mengembalikan geliat cinta
Yang tanpa tujuan. Isyarat yang ambigu
Serta kecemasan yang seperti angin, menggapai
Sayapnya yang terlambat mengejar pagi,
Hingga matahari pagi yang basah itu mulai
Mengiris matanya melalui titik-titik air,
Menggelinding ke lubang-lubang cacing,
Suara yang mulai pikun tentang jalan pulang
Dari gang yang dipenuhi daun-daun yang mulai
Keriput ini. Tuhan, dugaan apa lagi yang hendak
Kami sebarakan? Malam membeku di sudut gang.

2018

Selembaar Daun Pandan

Selembaar daun pandan
Tenggelam di perut santan.

Rusuknya patah,
Dagingnya pecah.

Geletur seletup di didih air
Melempas seratnya serabut.

Saripatinya memuai
Bercampur minyak serai.

Uapnya melambung
Membentur tudung.

Kuapnya menciptakan
Embut akar.

Getah akar menjelma jadi cairan
Getah bagai ludah,

Aroma getah itu melambung
Sampai di hidungku.

Di hidungku, ia kemudian bercerita
Tentang sakitnya dipukul

Kulit kayu manis
Dan enau merah gula.

Di hidungku, ia kemudian bercerita
Tentang manisnya hidup berkinis

Bersama padi
Di tepi sawah.

Seseorang Menulis tentang Kematian

Lalu ia mengartikannya sebagai "kebebasan dari memori dan harapan". Seperti kotak hitam yang tidak lagi berfungsi dalam investigasi kecelakaan pesawat terbang. Seperti sampah-sampah plastik yang dibakar penjaga kebersihan taman. Seperti ada yang telah merampok segalanya tiba-tiba. Aku beranalogi, bahwa kematian seperti temanku di Sekolah Menengah Pertama, ketika alat komunikasi belum secanggih sekarang, yang meminjam buku dariku, lalu tak pernah kembali ke sekolah bersama buku itu. Ia tak lagi hadir di mataku.

2018

Ramoun Apta lahir di Muarabungo, Jambi. Pedagang Batu Mustika di Pasar Raya (2018) adalah buku puisi perdananya.

Agit Yogi Subandi bermukim di Hajimena, Natar, Lampung Selatan. Buku puisinya bertajuk *Sebait Pantun Bujang* (2010).

BUKU

Melatih Batin, Mengendalikan Hidup

ANGGA INDRASWARA

RESENSI BUKU

Judul: Filosofi Teras: Filsafat Yunani-Romawi Kuno untuk Mental Tangguh Masa Kini
Penulis: Henry Manampiring
Penerbit: Penerbit Buku Kompas
Cetakan: III, 2019
Tebal: xviv + 320 halaman
ISBN: 978-602-412-518-9

Bayangkanlah suatu hari Anda berada dalam situasi berikut ini: proposal yang sudah Anda kerjakan selama berbulan-bulan ternyata ditolak klien. Untuk melepaskan diri dari rasa kecewa, Anda berniat mencoba kuliner baru yang direkomendasikan sahabat. Dalam perjalanan, Anda terjebak kemacetan.

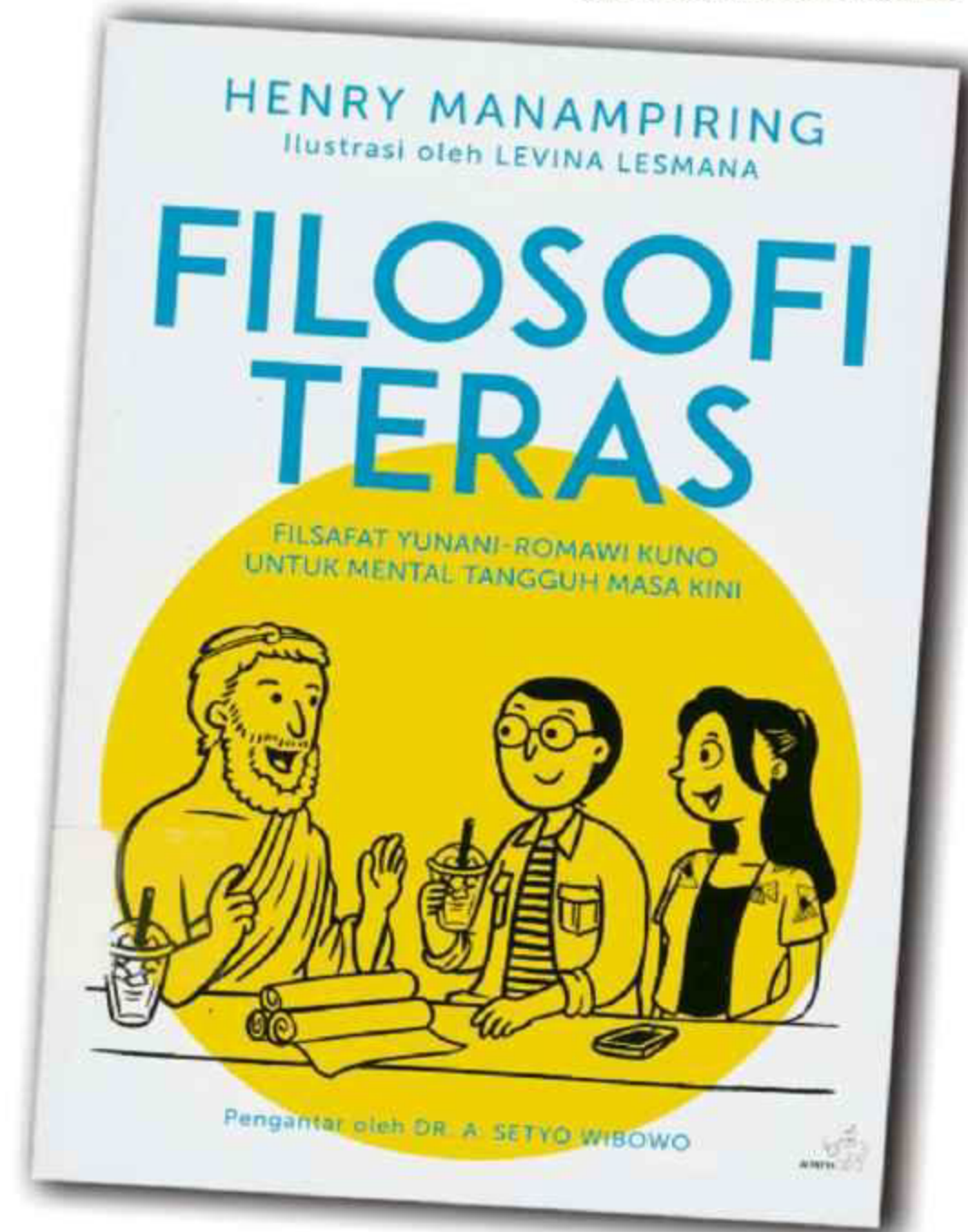
Anda tiba di tempat tujuan dengan rasa lapar, tetapi ternyata rasa makanan yang disajikan jauh di bawah rekomendasi sahabat Anda. Anda lalu membuka Instagram. Tanpa diduga, foto pertama yang muncul adalah foto unggahan mantan pacar Anda bersama pasangan barunya.

Rentetan peristiwa di atas boleh jadi terkesan terlalu mengada-ada. Akan tetapi, skenario rekaan itu dengan jelas mengungkapkan satu sisi kehidupan yang cenderung ingin dinafikan oleh manusia: Ia tak sepenuhnya berkuasa atas peristiwa-peristiwa yang menyusuri kisah hidupnya. Itulah keniscayaan hidup. Tak ada manusia yang dapat lari darinya.

Apabila kita harus menerima hidup yang semacam itu, suka atau tidak suka, pertanyaan besarnya adalah bagaimana kita menjalaninya.

Dalam buku *Filosofi Teras: Filsafat Yunani-Romawi Kuno untuk Mental Tangguh Masa Kini*, Henry Manampiring menyajikan jawaban atas pertanyaan itu dengan menggali kembali ajaran para resi zaman Yunani-Romawi kuno yang dikenal sebagai kaum Stoa.

Dilengkapi pelbagai ilustrasi karya Levina Lesmana, buku ini mengulas dengan jitu bagaimana filsafat Stoa (*Stoicism*) dapat



diterapkan oleh manusia zaman ini, khususnya oleh generasi milenial.

Nalar kendali emosi

Sebagai sebuah aliran filsafat, Stoisme bukanlah sekumpulan gagasan rumit yang membuat sebagian besar manusia enggan menyentuhnya. Filsafat Stoa pertama-tama adalah sebuah laku hidup yang mengajak manusia untuk hidup selaras dengan alam.

Ini tidak sekadar berarti mencintai lingkungan hidup meskipun itu juga penting. Le-

bih dari itu, hidup selaras dengan alam berarti menjadi manusia yang menggunakan nalarnya seoptimal mungkin.

Sebagaimana berulang kali ditegaskan oleh penulis, penggunaan nalar ini amat penting dalam mempraktikkan gagasan dasar filsafat Stoa, yang terangkum dalam maksim yang dirumuskan oleh filsuf besar Stoa, Epictetus: "Ada hal-hal di bawah kendali (tergantung pada) kita, ada hal-hal yang tidak di bawah kendali (tidak tergantung pada) kita".

Contoh hal yang tidak di ba-

wah kendali kita adalah opini orang lain. Sementara itu, hal yang berada di bawah kendali kita adalah nalar, emosi, dan hasrat kita. Yang tidak tergantung pada kita mesti kita lepaskan, sementara yang bisa kita kendalikan perlu kita kuasai.

Prinsip ini disebut sebagai dikotomi kendali (*dichotomy of control*). Meskipun tampak sederhana, tidak banyak orang yang menyadari hal ini, apalagi yang berusaha untuk menerunus mengingatkannya diri agar melepaskan hal-hal yang berada di luar kendalinya. Padahal, menurut filsafat Stoa, kunci kebahagiaan manusia adalah kecermatan dalam memilah-milah kedua hal ini.

Untuk menjadikan prinsip dikotomi kendali lebih mudah diaplikasikan, penulis memperkenalkan gagasan William Irvine yang mengembangkannya menjadi trikotomi kendali. Kategori yang baru adalah hal-hal yang bisa sebagian dikendalikan oleh kita.

Kategori ketiga ini mengajak orang untuk hanya mengejar tujuan dalam dirinya sendiri (*internal goals*) daripada hasil eksternal (*outcome*). Ini membebaskan orang dari tirani pendapat orang lain dan hal-hal yang tidak berada di bawah kendalinya. Batinnya menjadi merdeka untuk mengejar dan melakukan hal-hal yang telah diputuskan oleh nalarinya sendiri sebagai hal-hal yang baik untuk hidupnya.

Tanpa banyak mengurangi substansi, penulis menguraikan prinsip dasar filsafat Stoa ini dengan jernih dan dalam bahasa yang mudah dicerna oleh mereka yang tidak terbiasa de-

ngan ilmu filsafat. Tidak hanya itu, dalam bab-bab tertentu, penulis juga menyajikan hasil wawancaranya dengan beberapa ahli dan praktisi. Ini menjadikan ajaran filsafat Stoa semakin bisa dipahami dalam konteks zaman ini.

Berawal dari Survei Khawatir Nasional yang dibuatnya sendiri, penulis menunjukkan relevansi filsafat Stoa karena kenyataannya sebagian besar manusia Indonesia diliputi macam-macam kekhawatiran.

Selanjutnya, penulis mulai memperkenalkan filsafat Stoa sebagai laku hidup yang mengajak manusia bebas dari kekhawatiran dengan cara mengendalikan emosi dan mengembangkan kebiasaan sehingga ia hidup selaras dengan alam.

Penulis lalu mengupas dengan tajam dikotomi/trikotomi kendali yang menjadi prinsip dasar filsafat Stoa. Uraian ini menjadi dasar dari pembahasan mengenai bagaimana menguasai interpretasi dan persepsi kita mengenai peristiwa-peristiwa dalam hidup kita. Untuk itu, manusia perlu belajar untuk tidak jatuh pada kecondongan alamnya untuk membesar-besarkan segala perkara.

Laku hidup

Selanjutnya, penulis menunjukkan penerapan filsafat Stoa dalam berbagai aspek kehidupan. Ini meliputi relasi dengan sesama manusia, khususnya dengan mereka yang menyebarkan, saat menghadapi musibah, bagaimana menjadi orangtua, dan terlibat dalam persoalan-persoalan dunia, hingga akhirnya sikap terhadap kematian.

Pada bagian akhir, penulis menegaskan bahwa buku *Filosofi Teras* bukan sekadar untuk dibaca, melainkan juga untuk dipraktikkan. Untuk itu, ia menegaskan soal pentingnya membangun disiplin keinginan, tindakan, dan keputusan, serta menyajikan latihan-latihan praktis untuk menjadikan filsafat Stoa sebagai sebuah laku hidup.

Bukanlah filsafat Stoa jika tidak disertai latihan-latihan konkret dalam hidup sehari-hari. Oleh karena itu, buku ini bukanlah sekadar bacaan filsafat, melainkan sebuah manual kehidupan di zaman ini.

Memang penulis tidak menjelaskan perkara yang lebih dalam, seperti mengapa dunia dan kehidupan ini ada dan bukannya tidak ada. Akan tetapi, penulis menunjukkan bagaimana di zaman yang ditandai dengan simpang siur gejala akibat ledakan informasi (*information overload*) hidup tetap dapat dijalani secara membahagiakan.

Cukup pasti tidak ada jalan pintas untuk itu, apalagi semata-mata psikologi *positive thinking*. Yang ada adalah dari satu latihan ke latihan berikutnya. Penulis menunjukkan bagaimana latihan tersebut dibuat dan mengapa hal itu bermakna.

Persis karena itu, setelah atau sambil membaca buku ini, pembaca perlu menempuh latihan-latihannya. Tanpa itu, buku ini tak lebih dari sekadar obat penenang bagi jiwa-jiwa yang gentar dengan kerumitan hidup modern yang tunggang-langgang.

ANGGA INDRASWARA
Dosen Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta